

<b>KOOLILÖUNA</b>							
	<b>Eeldatav</b>						<b>Allergeenid ja</b>
<b>Esmaspäev 06.04.2026</b>	<b>ports</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>muu märke</b>
Bolognese kaste maheveise hakklihast	110	100	254	14,6	8,42	22	suhkur
Pennepasta	110	100					
Tatar	90	100	80,6	0,5	15,1	2,98	
Ahjuuba tomati ja ürtidega (till;petersell)	30	100	121	2,59	15,8	7,01	küüslauk, rapsiõli
kaalika - ja kapsasalat majoneesiga	65	100	29,5	2,06	1,43	0,97	
Nuikapsas; riivitud peet	40	100					
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	10	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili	50	100	328	33,5	4	2,7	Taimne koor
Kinoa-kartulikotletid	90	100	98,5	1,3	16,1	4,7	3
<b>Teisipäev 07.04.2026</b>	<b>kogus g</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid ja</b>
Kodune seljanka	200	100	76,5	3,71	5,11	5,34	
Karamellikissell mustsõstra-pohlamoosiga	75/20	100	403	20,9	52,6	1,15	2
Tatar	90	100					
Vahtrasiirupis röstitud pastinaak	30	100	101,7	0,45	21,6	1,79	
Riivitud porgand; mais	30	100					
Jogurtikaste	20	100	40,3	0,501	5,1	24,2	
leivavalik sh seemneteib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili	60	100	48,1	0	10,9	0	
Porgandi-ingverikreemsupp kookospiima ja kõrvitsaseemnetega	200	100		51,1	4,39	0,64	kookospiim
<b>Kolmapäev 08.04.2026</b>	<b>kogus g</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid ja</b>
Kanakarri (lillkapsas;porgand)	120	100	151	8,45	12	5,59	kookospiim
Riis	90	100	130	0,238	27,4	5,65	
Kuskus (naturaalne)	90	100					
Grillitud suvikõrvits	60	100					
Riivitud peet;kaalikaseib	40	100					
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	9	1;2;11
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Röstsibula hummus	10	100					
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili	60	100	48,1	0	10,9	0	
Kikerhernekarri (lillkapsas;porgand)	120	100	151	8,45	12	5,59	kookospiim
<b>Neljapäev 09.04.2026</b>	<b>ports</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid ja</b>
Paella lõhega	200	100	117	4,17	6,9	9,7	4;rapsiõli

Kanavokk köögiviljadega (kes ei söö kala)	200	100	62,3	2,27	3,43	6,23	
Riivitud värskekapsas maisi ja maitseõliga	50	100	29,5	2,06	1,43	1,33	
Riivitud valge redis;aeduba	30	100					
Jogurtikaste	10	100	40,3	0,501	5,1	24,2	
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	9	1;2;11
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili	60	100	48,1	0	10,9	0	
Läätsepikkpoiss sampinjonde ja linaseemnetega	90	100	156	4,12	20,7	7,01	linaseemned
<b>Reede 10.04.2026</b>	<b>Eldatav ports</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid ja muu märge</b>
Seakael eestimaisest sealihast	90	100	363	29,1	0	25,5	
Kartulipuder	120	100	93,8	2,57	14,8	2,36	
Ahjuhapukapsas	90	100	96,7	7,7	5,16	0,9	
Soe koorekaste	50	100	145	11,9	6,93	2,29	2
Tatar	90	100	80,6	0,5	15,1	4,28	
Ahjukaalikas rapsiõliga	40	100	36,7	0,1	6,41	1,13	Rapsiõli
Riivitud peet majoneesiga	50	100	69,1	4,48	4,56	0,87	
Tükeldatud valgeredis; rebitud kapsas	30						
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	0,99	1,1	2
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili	60	100	48,1	0	10,9	0	
Kartuli-kohupiima pannkoogid läätsedega	90	100	139	5,25	14,6	17,9	
<b>PIKAPÄEVASÖÖK</b>							
<b>Esmaspäev 06.04.2026</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid</b>		
Koorene kalkunikaste	100	961	5,29	14,8	2		
Aurutatud riis	100	0,238	27,4	5,65			
Pirn	100	0	9,24	0,3			
<b>Teisipäev 07.04.2026</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid</b>		
Kõrvitsakreemsupp	100	19,3	4,35	10	Kookospiim		
Rõstitud kaerahelbed	100	425	59,1	12,4	1;2		
Kreekajogurt	100	80	4	7			
Leivavalik	100	20,5	29,7	11,7	1;2;11		
<b>Kolmapäev 08.04.2026</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid</b>		
Hamburger seguhakklihast	100	17,6	13	7,14	1		
kapsa-porgandisalat majoneesiga							
Banaan	100	0,2	15,3	0,8	Tsitruseline		
Leivavalik	100	9,3	45	9	1;2;11		
<b>Neljapäev 09.04.2026</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid</b>		
Paneeritud kanafilee (maisipaneering)	100	253	25,4	19,8	2		
Aurutatud riis	100	0,238	27,4	5,65			

Kapsa-maisisalat jogurtiga	100	0,5	5,1	24,1	1
<b>Reede 10.04.2026</b>	<b>Etteantud g</b>	<b>Rasvad g</b>	<b>Süsivesik g</b>	<b>Valgud g</b>	<b>Allergeenid</b>
Kodune kanakotlet	100	18	2,7	23,3	
Praekartul sibulaga	100	4,13	20,1	2,46	
Klassikaline coleslaw	100	14,3	5,95	1,11	3;1
Leivavalik	100	20,5	29,7	11,7	1;2;11

Menüüs märgitud allergeenid

- 1 gluteen
- 2 laktoos
- 3 muna
- 4 Kala
- 10 Sinep
- 11 Seesamiseemned